

# ОНКОНАСТОРОГА ДЛЯ ЧОЛОВІКІВ

Багато сучасних чоловіків не замислюються про своє здоров'я до тих пір, поки не з'являються перші проблеми та захворювання інтимного характеру.

А часто, навіть за наявності тривожних симптомів, не поспішають звертатися до лікаря, надаючи перевагу самотійному розв'язанню проблеми.

Щоб уникнути формування серйозних хронічних захворювань, потрібно вчасно приділяти увагу профілактиці та лікуванню цих порушень.

**Найважливішими ознаками, на які повинен звертати увагу кожен чоловік, є:**

- часте болісне сечовипускання;
- різучий біль у ділянці статевих органів;
- порушення статевого життя;
- наявність крові в сечі.

**Причиною цих проблем можуть бути:**

- простатит;
- аденома простати;
- інфекції сечовивідних шляхів.

**Своєчасне звернення до лікаря може попередити розвиток ускладнень та дозволяє вчасно розпочати потрібне лікування.**



**Важливим аспектом є щорічна задача аналізу на ПСА** (простат-специфічний антиген) **чоловіками після сорока років**, обстеження на УЗД, що дозволяють попередити та виявити рак передміхурової залози на ранньому етапі його розвитку.

### **Здоровий спосіб життя також впливає на здоров'я чоловіка:**

- **правильне харчування** (вживання риби, овочів, горіхів, бобових);
  - **регулярне** заняття спортом;
  - **відмова** від куріння та алкоголю;
  - **вчасне звернення** до лікаря у разі виникнення перших симптомів хвороби – основа благополуччя і міцного здоров'я кожного чоловіка.
- **Ризик: сидячий спосіб життя.**



Надруковано на замовлення КП "Центр публічної комунікації та інформації". Друк ТОВ "ГАЛАГАН" відповідно до договору № 010/05/73 ЧЗК від 12 червня 2020 року. Наклад – 50 тисяч.